

急救箱

為何在家中存放急救箱？

意外通常會於家中發生，因此，家中存放急救箱實在是理所當然，因它既可幫助治療輕微損傷，又可在家中嚴重受傷者等待醫療救援時提供協助，以免傷患惡化。

急救箱應包括甚麼？

以下所列可作購物清單。每樣物品的數量僅供參考，可根據家庭成員人數而增減。

必備物品

- 大小不同及獨立包裝的膠布（布質或防水的）12片-24片
- 無菌敷料，如 Melolin（用來覆蓋傷口）：3塊中碼（5cm x 5cm）及1塊大碼（10cm x 10cm）
- 膠貼，如 Micropore（用來固定紗布的位置，也可用來處理微細傷口和擦傷）
- 三角繃帶（用作吊帶，以承托受傷的手臂或肩膀）
- 縐布繃帶（用來紓緩扭傷和勞損，或固定紗布的位置）
- 無菌吸收性紗布（用來清潔和弄乾傷口，也用來遮蓋傷口）
- 不同大小的安全針（用來固定繃帶）
- 末端圓鈍的剪刀（用來剪膠貼或繃帶）
- 鑷子（用來移除物件，如碎片）

額外物品

- 消毒眼棉（用來遮蓋眼睛，但可用大紗布代替）
- 閉合傷口的帶（固定傷口範圍）
- 消毒鹽水袋（清洗傷口），但也可用清水代替
- 溫度計

能夠應付家居輕微意外的藥物應常備家中，其中包括皮質醇藥膏（用於昆蟲咬傷，但不可用於受損或受感染的皮膚）、止痛藥如撲熱息痛（用來紓緩痛楚，成人可用片劑，小童可用液劑），以及抗組胺藥片（用於敏感反應）。這些藥物應該擺放在另一個上鎖的藥箱內。請向藥劑師詢問更多有關意見。

急救箱應放進哪裏？

一個足以整齊存放急救用品的防水箱子，讓家人於緊急時可迅速找出所需物品，最適合用來作急救箱；這箱子若是膠質，並有緊密蓋子，會更為適合。在箱子上標上記號，例如綠色交叉，就能易於辨認。

現成急救箱

藥房有很多現成的急救箱可供選購。急救箱沒有一個固定標準，不同的急救箱會配備不同的物品，所以你應仔細檢查當中的物件。有些或許缺乏你所需要的用品，有些或會置有太多用品，甚至會有不適合的用品（如棉花或酒精棒，都不適宜用來清潔傷口）。自己預備一個急救箱可能比購買一個現成的昂貴，但是自製的急救箱較能切合自己的需要。

急救箱應放在哪裏？

你應把急救箱放在最有機會出現意外的地方。急救箱應放在孩童不能輕易碰到，但在有需要時仍可方便提取的地方。急救箱的擺放位置要乾爽通風，所以不宜將它擺放在浴室裏。

急救箱的用途

了解怎樣使用急救箱裏的物品，與正確存放急救箱同樣重要。家裏的成人和較年長的小孩都應知道急救箱存放的地方、存放的東西及使用方法。他們或可考慮將急救箱使用手冊放在箱內。

每次用完某物品後，應立刻補充，並經常檢查物品的使用限期，以便丟棄或更換過期的物品。
你亦可考慮接受正規急救訓練。請聯絡聖約翰救傷隊和紅十字會等組織，以了解有關課程詳情。

索取更多資料

香港聖約翰救護機構
(24小時免費救護車服務)
地址：(852) 2530 8032
傳真：(852) 2530 2727
網址：www.stjohn.org.hk

智康資源中心
電話：(852) 2849 2400
傳真：(852) 2849 2900
電郵：info@healthwise.org.hk
網址：www.healthwise.org.hk

香港紅十字會
地址：香港灣仔夏慤道三十三號
電話：(852) 2802 0021
傳真：(852) 2802 7359
電郵：info@redcross.org.hk
網址：<http://redcross.org.hk>

香港消防處
(心肺復甦法訓練)
電話：(852) 2640 3708
網址：<http://www.info.gov.hk/hkfsd/chinese/useful/useful.htm>

本資訊謹用作參考用途，如欲索取詳細意見及專業建議，請向您的私人醫生查詢。

Supported by
www.healthwise.org.hk



Sponsored by
BUPA



Assured by
The University of HK

